



10. Cross Triathlon Friedrichroda  
Friedrichroda / Thüringen / 17.07.2011

Detailauswertung

Ernst, Beate

Gesamt-Zeit: 1:55:23

Verein: sonntagsläufer tambach-dietharz  
Startnummer: 156

Strecke: 29,40 km  
Einzel Cross Triathlon (0.4/23/6 km)

Strecken-Platzierung/Gesamt: 120 (von 172)

Strecken-Platzierung/Frauen: 8 (von 26)

Bestzeit der Strecke: 1:33:44

Kategorie:  
AK 40 weiblich

Kategorie-Platzierung: 2(von 10)

Bestzeit in der Kategorie: 1:42:46

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	
Schwimmen	0,40	9:25	23:32	4	1:39	11	3:59	0,40	9:25	23:32	11	0:56	27		
Rad	23,00	1:14:09	3:13	4	9:25	10	15:34	23,40	1:23:34	3:34	11	10:21	27		
Lauf	6,00	31:49	5:18	2	2:16	6	4:35	29,40	1:55:23	3:55	2	12:37	8	21:39	